

# 2º Plano de Aula

## **1- Citação:**

“Nós devemos ser a mudança que queremos ver no mundo”.

## **2- Meditação:**

Meditação da cachoeira.

## **3- História**

Lençol Sujo

## **4- Música**

Pensamento palavra e ação: Vol 02 nº21

Bola de Meia, Bola de Gude: 14 Bis.

## **5- Atividade Integrada**

Auto Ajuda

“Nós devemos ser a  
mudança que  
queremos ver no  
mundo”.

Gandhi

História

## **Lençol sujo**

Um casal recém casado , mudou-se para um bairro muito tranquilo. Na primeira manhã que passaram na casa enquanto Tomavam café, a mulher reparou através da janela em uma vizinha que pendurava lençóis no varal e comentou com o marido :

que lençóis sujos ela esta pendurando no varal !

esta precisando de sabão novo e uma boa lavada, se eu tivesse intimidade perguntaria se ela quer que eu a ensine como se lava roupas!

O marido observou calado.

Alguns dias depois, novamente, durante o café da manha, a vizinha pendurava lençóis no varal e a mulher comentou com o marido

Nossa vizinha continua pendurando lençóis sujos, se eu tivesse intimidade perguntaria se ela gostaria que eu a ensinasse como se lava roupas !

Assim a mulher a cada dois ou três dias, a mulher repetia seu discurso enquanto a vizinha pendurava seus lençóis no varal .

Passando um mês a mulher se surpreendeu ao ver os lençóis muito brancos sendo estendidos, e empolgada foi dizer ao marido :

Veja ela aprendeu como se lava roupas, será que outra vizinha a ensinou ? porque eu não fiz nada

O marido calmamente respondeu:

Não. Hoje eu levantei mais cedo e lavei os vidros de nossa janela.

Agora você pode ver melhor !

“ Tudo depende da janela através da qual olhamos os fatos.”

Antes de criticar, verifique se você fez alguma coisa para contribuir, verifique seus próprios defeitos e limitações

Devemos olhar antes de tudo para nossa própria casa, para dentro de nos mesmos, só assim poderemos real noção do valor de nossos amigos.

LAVE SUA VIDRAÇA ! ABRA SUA JANELA

# **Bola de Meia, Bola de Gude**

Parte superior do formulário  
Parte inferior do formulário  
Há um menino, há um muleque  
Morando sempre no meu coração  
Toda vez que o adulto balança  
Ele vem pra me dar a mão

Há um passado no meu presente  
Um sol requinte la no meu quintal  
Toda vez que a bruxa me assombra  
O menino me dá a mão

E me fala de coisas bonitas que eu acredito  
Que não deixarão de existir  
Amizade, palavra, respeito, carater, bondade, alegria e amor  
Pois não posso, não devo, não quero viver  
Como toda essa gente insiste em viver  
E não posso aceitar sussegado qualquer sacanagem  
Ser coisa normal

Bola de meia, bola de gude  
O solidario não quer solidão  
Toda vez que a tristeza me alcança  
O menino me dá a mão

Há um menino, há um muleque  
Morando sempre no meu coração  
Toda vez que o adulto balança ele vem  
Pra me dar a mão

E me fala de coisas bonitas que eu acredito  
Que não deixarão de existir  
Amizade, palavra, respeito, carater, bondade, alegria e amor  
Pois não posso, não devo, não quero viver  
Como toda essa gente insiste em viver  
E não posso aceitar sussegado qualquer sacanagem  
Ser coisa normal

Há um menino, há um muleque  
Morando sempre no meu coração  
Toda vez que o adulto balança  
Ele vem pra me dar a mão

Bola de meia, bola de gude  
O solidario não quer solidão

Toda vez que a tristeza me alcança o menino me dá a mão

E me fala de coisas bonitas que eu acredito  
Que não deixarão de existir  
Amizade, palavra, respeito, carater, bondade, alegria e amor  
Pois não posso, não devo, não quero viver  
Como toda essa gente insiste em viver  
E não posso aceitar sussegado qualquer sacanagem  
Ser coisa normal

Música

## **Pensamento palavra e ação**

Pense fale e faça o bem  
Esse é o nosso lema  
Servir aos outros, todos devemos  
Em pensamento palavra e ação  
A vida não entendemos  
Mas se vivemos pra ser livres  
Vamos juntos para criar a união  
Entre pensamento, palavra e ação

Atividade Integrada

## **Auto-Ajuda**

Colocar os educandos em circulo e solicitar que, um a um, escolham para si mesmos uma virtude que desejam alcançar ou aprimorar em si mesmos.  
Debater com eles os melhores caminhos para alcançar o proposto e, semanalmente, fazer uma avaliação dos esforços empreendidos, das conquistas realizadas e das dificuldades a superar.  
Escolha a avaliação conjunta reforçam no educando o respeito ao outro e a descoberta de poder auxiliar na tarefa individual do amigo.